

NIMITTA

Bagi beberapa yogi, pertama kalinya cahaya akan muncul sebelum nimitta muncul. Sementara bagi yang lainnya, nimitta bisa saja muncul secara langsung. Cahaya dan nimitta adalah hal yang berbeda. Mereka berbeda, ibarat matahari adalah beda adanya dengan sinar dari matahari.

Nimitta dari anapanasati bervariasi bergantung pada masing-masing yogi. Bagi beberapa, nimitta tersebut murni dan halus bagaikan kapas mentah atau kapas tenun, udara yang bergerak atau angin, cahaya terang seperti bintang kejora atau Venus, batu delima atau permata yang terang, atau mutiara yang bening. Bagi lainnya ia bagaikan batang pohon kapas, atau sepotong kayu yang tajam. Sementara bagi yang lainnya ia bagaikan tali atau senar yang panjang, karangan bunga, kepulan asap, bentangan jaring laba-laba, lapisan kabut, teratai, roda kereta, bulan atau matahari.

Pada kebanyakan kasus, nimitta putih murni bagai kapas mentah adalah unggaha nimitta (pertanda pengambilan atau pertanda pembelajaran), dan biasanya buram dan kusam. Ketika nimitta menjadi terang bagaikan bintang kejora, cemerlang dan jelas, nimitta tersebut ialah patibhaga nimitta (pertanda padanan). Ketika seperti batu delima atau permata yang buram, ia merupakan unggaha nimitta, tetapi ketika terang dan bersinar, ia adalah patibhaga nimitta. Penampakan lainnya harus dimengerti dengan cara seperti demikian juga.

Jadi, meskipun anapanasati adalah satu jenis subjek meditasi, ia menghasilkan nimitta yang berbeda jenis: nimitta tampil secara berbeda beda bagi orang yang berbeda-beda.

Visuddhi Magga menjelaskan bahwa ini dikarenakan nimitta dihasilkan oleh persepsi. Dan pemapar-makna dari Visuddhi Magga menjelaskan bahwa persepsi yang berbeda yang dimiliki oleh yogi sebelum nimitta muncul.

Demikianlah, nimitta berbeda dikarenakan persepsi, tetapi persepsi tidaklah muncul sendirian. Ia adalah formasi-mental yang selalu muncul bersama dengan setiap kesadaran dan faktor mental lainnya: formasi-mental yang menyertai setiap kesadaran ini dinamakan faktor mental penyerta (cetasika).

Jadi, sebagai contoh, jika seorang yogi memfokuskan pada anapana nimitta dengan pikiran yang bahagia, faktor mental tersebut tidaklah hanya persepsi, tetapi keseluruhannya terdapat tiga puluh tiga, seperti, kontak, niat, satu-pemusatan, perhatian, aplikasi, keberlangsungan, keputusan, usaha dan mau: tidak hanya persepsi saja yang berbeda, tetapi semua faktor mental lainnya juga berbeda.

Ini sebenarnya dijelaskan di bagian tertentu dari Visuddhi Magga, dalam penjelasan dari pencapaian landasan bukan persepsi juga bukan non persepsi (neva sanna nasanna yatana), jhana tanpa materi keempat.

Di sana, Visuddhi Magga menjelaskan bahwa persepsi di jhana tersebut sangatlah halus, itulah kenapa kita menamakannya, pencapaian landasan bukan persepsi juga bukan non persepsi. Tetapi bukan hanya persepsi saja yang sangatlah halus. Perasaan, pikiran, kontak dan semua formasi-mental penyerta lainnya juga sangatlah halus. Demikianlah, yang disebutkan Visuddhi Magga, pada pencapaian landasan bukan persepsi juga bukan non persepsi dan juga pencapaian landasan bukan pikiran juga bukan non pikiran, pencapaian landasan bukan kontak juga bukan non kontak, dsb.

Jadi, ketika pemapar makna mengatakan bahwa nimitta adalah berbeda dikarenakan persepsi, mereka hanya menjelaskan anapana nimitta dari sudut pandang tunggal akan persepsi, dalam istilah persepsi (sannasisa), menggunakan persepsi sebagai contoh.

Tetapi, apapun bentuk dan warna dari nimitta anda, apapun persepsi anda akan nafas masuk & keluar, sangat penting adanya untuk tidak bermain dengan nimitta anda. Jangan biarkan dia pergi, dan jangan secara sengaja mengubah bentuknya atau penampilannya. Jika anda melakukannya, samadhi anda tidak akan berkembang lebih jauh dan kemajuan anda akan terhenti. Nimitta anda bisa saja akan menghilang. Jadi, ketika nimitta anda muncul pertama kali, janganlah pindahkan pikiran anda dari nafas anda ke nimitta. Jika anda melakukannya, anda akan mendapatkan bahwa dia akan menghilang.

Jika anda temukan bahwa nimitta tersebut stabil, dan pikiran anda dengan sendirinya menjadi menetap di nimitta tersebut, maka biarkan saja pikiran anda berada di sana. Jika anda memaksakan pikiran anda untuk mendatangkan nimittanya, anda mungkin akan kehilangan samadhi anda.

Jika nimitta muncul jauh di depan anda, abaikan, karena dia bisa saja menghilang. Jika anda mengabaikannya, dan cukup memfokuskan pada nafas di mana nafas tersebut menyentuh, nimitta akan datang dan berdiam di sana.

Jika nimitta anda muncul pada tempat di mana nafas menyentuh adalah stabil, dan muncul sebagai nafas itu sendiri, dan nafas sebagai nimitta, maka lupakanlah nafas, dan hanya cukup sadar akan nimitta. Dengan memindahkan pikiran anda dari nafas ke nimitta, anda akan sanggup untuk membuat kemajuan lebih lanjut. Seiring dengan anda menetapkan pikiran anda kepada nimitta, nimitta tersebut akan menjadi kian putih dan putih, dan ketika ia putih bagaikan kapas, ia adalah uggaha nimitta.

Anda harus mentekadkan untuk menetapkan pikiran anda dengan tenang untuk fokus kepada uggaha nimitta yang putih selama satu, dua, tiga jam atau lebih. Jika anda sanggup menetapkan pikiran anda untuk berdiam di uggaha nimitta selama satu atau dua jam, ia akan menjadi jelas, terang dan cemerlang. Inilah patibhaga nimitta (pertanda padanan). Tekadkan dan latihlah untuk menjaga agar pikiran anda menetap di patibhaga nimitta selama satu, dua atau tiga jam. Latihlah hingga anda berhasil.

Di tahapan ini anda akan mencapai baik samadhi jelang (upacara) atau penetapan (appana). Ia dinamakan samadhi jelang dikarenakan ia dekat dengan dan sebelum jhana. Samadhi penetapan ialah jhana.

Kedua jenis samadhi memiliki patibhaga nimitta sebagai objek mereka. Satu-satunya perbedaan antara mereka hanyalah pada samadhi jelang faktor-faktor jhana tidak terkembangkan sepenuhnya.

Dikarenakan alasan ini, maka masih terdapat bhavanga, dan seseorang dapat terjatuh ke bhavanga (pikiran faktor-keberadaan). Yogi akan mengatakan bahwa segala sesuatu terhenti, dan bahkan akan berpikir ini ialah Nibbana. Pada faktanya pikiran tidaklah berhenti, yogi tersebut hanyalah kurang mahir untuk mencermatinya, karena bhavanga sangatlah halus.

Artikel lainnya :

1. Mengapa Sang Buddha Mengajarkan Meditasi ? bisa dilihat di <http://on.fb.me/1yxiLQ3>
2. JALAN MULIA BERFAKTOR DELAPAN bisa dilihat di <http://on.fb.me/1IgpTQJ>
3. Bagaimana Anda Mengembangkan Samadhi & Anapanasati bisa dilihat di <http://on.fb.me/1b5aYOY>

CATATAN :

Artikel ini dikutip dari Buku Janati Passati (Knowing And Seeing Edisi Bhs. Indonesia) yang saat ini sedang dalam proses penyelesaian oleh bhikkhu yang berlatih di bawah bimbingan Pa-Auk Sayadaw, Sayadaw U Kovida dan Sayadaw U Revata.

Buku yang memaparkan cara berlatih Samatha dan Vipassana ini akan segera diluncurkan oleh Pa-Auk Tawya Vipassana Dhura Hermitage - Beji (PATVDH - Beji) dan akan didistribusikan pada Vassa Tahun 2015 ini.

Semoga dengan adanya penerjemahan buku ini dapat mengkondisikan kita untuk sesegera mungkin merealisasi Dhamma.

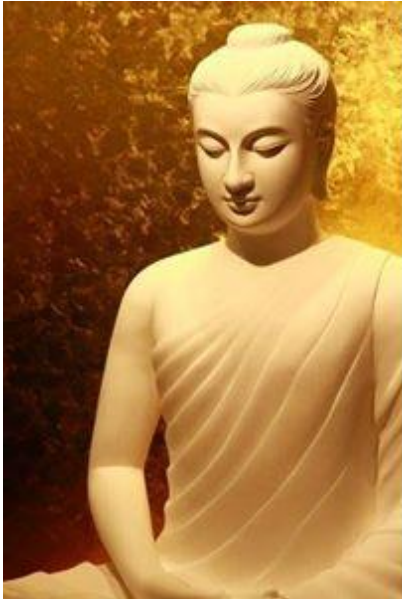
~ Sabbadanam dhammadanam jinati. Sabbarasam dhammaraso jinati. Sabbaratim dhammarati jinati. Tanhakkhaya sabbadukkham jinati ~

~ Dari segala dana, dana Dhamma adalah yang terunggul. Dari segala rasa, rasa Dhamma adalah yang terunggul. Dari segala kesenangan, kesenangan akan Dhamma adalah yang terunggul. Padamnya keinginan mengakhiri segala derita. ~

Buddhasanam ciram titthatu.
Sadhu...Sadhu...Sadhu...

Email : PATVDH.Beji@gmail.com

Fan page : <http://facebook.com/PATVDH.Beji>

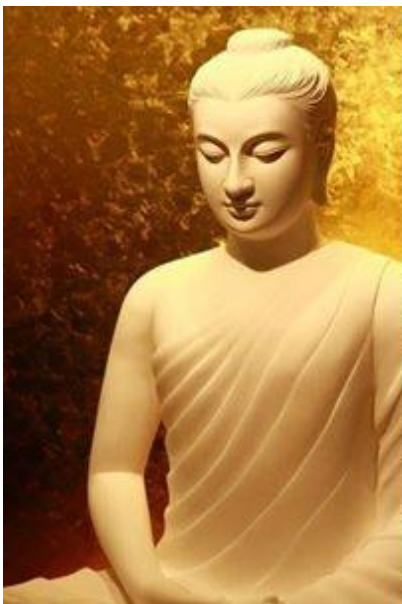


ARTIKEL :

NIMITTA DALAM MEDITASI

SANGAT BERMANFAAT UNTUK DIBACA _/!_

<http://facebook.com/PATVDH.Beji>
Email : PATVDH.Beji@gmail.com



NIMITTA

Nimitta dari anapanasati bervariasi bergantung pada masing-masing yogi. Bagi beberapa, nimitta tersebut murni dan halus bagaikan kapas mentah atau kapas tenun, udara yang bergerak atau angin, cahaya terang seperti bintang kejora atau Venus, batu delima atau permata yang terang, atau mutiara yang bening.

Bagi lainnya ia bagaikan batang pohon kapas, atau sepotong kayu yang tajam. Sementara bagi yang lainnya ia bagaikan tali atau senar yang panjang, karangan bunga, kepulan asap, bentangan jaring laba-laba, lapisan kabut, teratai, roda kereta, bulan atau matahari.

CATATAN :

Artikel ini dikutip dari Buku Janati Passati (Knowing And Seeing Edisi Bhs. Indonesia) akan segera diluncurkan oleh Pa-Auk Tawya Vipassana Dhura Hermitage - Beji (PATVDH - Beji) dan akan didistribusikan pada Vassa Tahun 2015 ini.

<http://facebook.com/PATVDH.Beji>

[47 Suka9 Kali Dibagikan](#)